

**СТАНІСЛАВСЬКИЙ ЗАКЛАД
ПОВНОЇ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ
ІМ. К.Й. ГОЛОБОРОДЬКА
СТАНІСЛАВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ ХЕРСОНСЬКОЇ ОБЛАСТІ**

Досвід роботи вчителя фізичної культури

**Організація і проведення
фізкультурно-спортивних свят
у закладах загальної середньої освіти**

**Автор: Яник Олександр Андрійович,
спеціаліст першої кваліфікаційної категорії,
вчитель фізичної культури
Станіславського ЗПЗСО
ім. К.Й. Голобородька**

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ У ШКОЛІ.....	5
1.1. Поняття «спортивно-масові заходи» у фаховій літературі.....	5
1.2. Завдання спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів та принципи їх проведення.....	7
1.3. Види спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів та їх значення	10
РОЗДІЛ 2. СПОРТИВНО-МАСОВА РОБОТА У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	13
2.1. Організація та проведення спортивно-масових заходів у школі.....	13
2.2. Положення про обласні змагання “Тато, мама, я – спортивна сім'я”.....	16
2.3. Сценарій спортивного свята “Тато, мама, я – спортивна сім'я”.....	22
ВИСНОВКИ.....	29
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	30

ВСТУП

За час соціально-економічної перебудови у країні створилася ситуація недооцінки державою і суспільством оздоровчої, виховної і соціальної ролей фізичного виховання і спорту. Це призвело до тривожної ситуації з фізичним і духовним здоров'ям нації.

На сьогодні потрібно відновити поняття про те, що фізична активність і спорт, особливо для різних верств населення, – необхідна, важлива умова розвитку розуму і тіла, що фізична активність і заняття спортом “для себе” покращують якість життя, знижують стресовий стан, підвищують працездатність організму.

У процесі переходу до ринкової економіки в розвитку сфери фізичної культури і спорту загострилися проблеми сьогодення і з'явилися нові.

Специфіка фізичного виховання і спорту пов'язана з обов'язковою наявністю потреб суспільства щодо відповідного матеріально-технічного забезпечення цього виду діяльності, у першу чергу інфраструктури. Сучасний стан сфери фізкультурно-оздоровчих послуг та її інфраструктура в Україні не забезпечують суттєвого і потенційного запиту населення. Якщо для виконання своєї ролі та функцій до сфери масової фізичної культури і спорту повинно бути залучено близько 30% населення, то в Україні цей показник у середньому становить 10%.

За ринкових умов різні політичні сили й офіційні органи влади намагаються переосмислити державну соціальну політику у сфері захисту та оздоровлення нації, спрямувати її зусилля на вирішення пріоритетних проблем, розробити механізми, що дозволяють найбільш раціонально використовувати виділені ресурси для соціальних цілей.

Перебудова для оздоровлення населення повинна спиратися перш за все на розроблені комплексні програми масового розвитку сфери фізичного виховання і спорту.

Сьогодні здійснюється інтенсивний пошук нових напрямів, форм і методів фізкультурно-спортивної роботи з населенням, що відповідають сучасним вимогам і можуть вирішувати комплекс важливих завдань, які постають перед системою вищої освіти і фізкультурно-спортивним рухом України. У першу чергу йдеться про такі технології, що дозволять суттєво посилити зацікавленість спортивно-масовою діяльністю у майбутніх фізкультурних фахівців і забезпечити більш повну й ефективну соціокультурну значущість занять фізкультурою і спортом.

Мета дослідження: розкрити основні підходи та особливості організації в проведенні фізкультурно-спортивних свят.

У відповідності до мети сформульовані наступні завдання роботи:

1. Проаналізувати інформаційні джерела, в яких описується сутність проведення спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів у школі.
2. Охарактеризувати спортивно-масову роботу у закладах загальної середньої освіти.
3. Навести приклад положення та сценарій спортивного свята.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ У ШКОЛІ

1.1. Поняття «спортивно-масові заходи» у фаховій літературі

У культурно-історичному розвитку будь-якого народу гра, зокрема обрядова, була важливим фактором виховання, передумовою початкової підготовки людини до життя.

Виняткову роль у поширенні окремих видів фізичної культури, формування її місцевих особливостей відіграють традиції. Ще з давніх-давен відомо, що проведення відповідного обряду перед полюванням, з відтворенням у ритуальному танці рухів мисливця, його емоцій після перемоги над звірем, сприяло підготовці до полювання, а також передавати досвід наступним поколінням. Кожне релігійне свято супроводжували специфічні обряди з рухливими іграми, забавами, змагальними фізичними вправами. Пізніше з метою пристосування до нових реалій життя, почали використовувати форми рухів, що мали військовий характер.

Змінювались часи, змінювались обряди, змінювались форми фізичних вправ, які відповідали соціальному устрою.

За визначенням І.Кравченка, «фізична культура - фундаментальна складова національної культури».

Видатний філософ і педагог Джон Локк та французький просвітитель Жан-Жак Руссо схвально ставилися до змагально-ігрового методу у фізичному вихованні та підтримували проведення національних народних святкувань з нагоди визначних подій у житті народу, в програмі яких були масові спортивні змагання та ігри.

Кожну подію у житті наші пращури слов'яни відзначали змагальною діяльністю. Рухливі ігри, танці, змагання сприяли вдосконаленню фізичних можливостей людини.

Аналогом «богатиря-героя» в Україні став козак. Ці люди впевнено почувають себе на суші, у воді і повітрі. Козацька молодь розвивалася завдяки іграм, танцям, хороводам, різним видам змагань і боротьби. Як і бувале козацтво, молодь на свята народного календаря, під час народних ігор змагалася у спритності, силі, винахідливості, точності. Систематичне виконання фізичних вправ і ефективна система загартування виховували, той тип козаків, які легко переносили спрагу, голод, спеку й холод та були надійними захисниками українського народу.

Протягом останніх років спостерігається зростання інтересу населення до пізнання та відродження національних традицій, у тому числі, традицій фізичного виховання та здорового способу життя. Саме тому актуальним є масові спортивно-оздоровчі заходи з елементами традицій фізичного виховання українського народу.

Найбільш реалізованими та дієвими у навчально-виховній, виробничій і соціально-побутовій сферах є традиції фізичного виховання козацької доби («Козацький гарт», «Козацькі ігри та забави», «Бойове мистецтво козаків», «Нащадки козацької слави» та ін..

Традиції фізичного виховання Київської Русі доволі рідко зустрічаються у сучасній практиці оздоровчої та спортивно-масової роботи.

З метою розширення та збагачення знань про різні історичні періоди, становлення та розвитку Української держави, використання національного досвіду здорового способу життя, необхідно показувати традиції фізичного виховання у Київській Русі, розробити шляхи їх використання у всіх формах масової фізкультурно-оздоровчої роботи.

Тільки спільна робота усіх ланок управління школи дає можливість грамотно і доцільно організувати спортивно-масову роботу школи направлену на оздоровлення школярів, залучення їх до здорового способу життя.

І.В. Ковпак визначає, що козацька педагогіка-це частина народної педагогіки, яка формувала підростаюче покоління українців у синів рідної землі; це народна виховна мудрість, що основною метою мала формування козака, як лицаря, мужнього громадянина з чітко вираженою українською ментальністю. Вона увібрала в себе ідейно-моральні, емоційно-естетичні, психолого-педагогічні надбання наших предків від часів Київської Русі.

Спортивні свята у сучасній школі виховують у школярів такі цінні риси характеру як витримка, наполегливість у подоланні перешкод, уміння опанувати себе у будь-якій ситуації, уміння з гідністю сприйняти поразку, почуття відповідальності за спортивну честь свого колективу.

Сучасними формами загальношкільної спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи є: дні здоров'я і спорту, змагання молодших школярів «Веселі старты», масові змагання: «Дні здоров'я і фізичної культури», «Старты надій», «Дні фізичної культури і спорту», «Малі Олімпійські ігри», «Олімпійські ігри за столом», «Забава козачат», різні внутрішкільні змагання, фізкультурні свята військово-прикладного характеру, пробіги миру, народні та бойові танці зі зброєю та без та інші.

1.2. Завдання спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів та принципи їх проведення

Фізичне виховання у навчальних закладах нашої держави виконує важливі завдання. Відповідно до законів України “Про освіту”, “Про фізичну культуру і спорт”, “Концепцією національної системи фізичного виховання дітей, учнівської та студентської молоді України”, Державною програмою

розвитку фізичної культури і спорту та іншими документами визначено головним завданням постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, профілактику захворювань, забезпечення нормального вікового розвитку дітей, підлітків і молоді, формування основ здорового способу життя.

Основною метою фізкультурних спортивно-масових заходів є створення сприятливих умов рекреації населення України та забезпечення права громадян на заняття фізичною культурою і спортом, задоволення їхніх потреб в оздоровчих послугах за місцем проживання та у місцях масового відпочинку, популяризації здорового способу життя.

Стимулюючи зростання спортивно-технічних досягнень, сприяючи кращій фізичній підготовці й морально-патріотичному вихованню молоді, масові фізкультурно-спортивні заходи вирішують багато актуальних соціальних завдань.

1. Пропаганда фізичної культури й спорту. Вона забезпечується наочністю, котра відповідає оформленням місць проведення, своєчасною грамотною інформацією про хід, сутність і підсумки заходу.

2. Реклама форм і видів масових фізкультурно-оздоровчих заходів, залежно від характеру й спрямованості, їхньої популяризації серед населення.

3. Розширення менеджментської та маркетингової спортивно-масової структури діяльності.

4. Виявлення перспективної молоді для занять різними видами спорту.

5. Виконання „Державних нормативних тестів фізичної підготовленості населення України”.

6. Встановлення спортивних рекордів (школи, району, області).

7. Національно-патріотичне виховання, яке базується на традиційних основах фізичного виховання українського народу.

8. Розширення сфери спілкування, інтелектуального збагачення, об'єднання інтересів, усвідомлення суспільної цілісності та особистої

значущості. Цьому допомагає спільна підготовка до змагань, участь у складі команд, присутність глядачів і вболівальників.

9. Залучення населення до суспільно-корисної діяльності в галузі фізичної культури й спорту. У сфері масової фізкультурно-оздоровчої роботи слід залучати помічників, спортивних суддів, волантерів, спонсорів, представників радіомовлення та преси.

10. Виявлення найсильніших учасників і команд, комплектування збірних команд.

11. Підведення підсумків, оцінка та контроль роботи фізкультурних клубів, секцій, груп, визначення переможців масових заходів та якості фізкультурно-оздоровчої роботи.

12. Обмін досвідом роботи, демонстрація досягнень кращих колективів. Це завдання вирішується завдяки залученню досвідчених фізкультурників, організації зустрічей з різними командами підсумків змагань, акцентуванню уваги учасників на досліджуваних предметах.

У кожному окремому випадку при проведенні масового заходу ставляться конкретні завдання, що відповідають його головній меті та сприяють її досягненню в найбільш повній мірі. Таким чином, кожен масовий спортивний захід у системі фізкультурно-оздоровчої роботи повинен проводитися у відповідності з наступними основними організаційними принципами:

1. Відповідність організації завданням. Тобто, характер, зміст, місце й час проведення повинні вибиратися так, щоб сприяти найбільш повному вирішенню головного завдання. Якщо таким завданням є пропаганда фізичної культури й спорту, то захід потрібно проводити в місцях масового відпочинку, усередині мікрорайону, біля будинків, на відкритому

спортмайданчику або стадіоні у той час, коли змагання спостерігатиме найбільша кількість глядачів. У плані підготовки таких заходів одним із головних місць будуть займати питання реклами, інформації, оформлення. Якщо метою є оздоровчий відпочинок, для якого важлива відсутність сторонніх, невимушена атмосфера, можливість усамотнитись, відпочити на свіжому чистому повітрі - надмірна реклама не актуальна.

2. Доступність заходу за часом і місцем проведення. Це другий організаційний принцип, і його дотримання вимагає обов'язкового врахування таких факторів, як режим роботи учасників, транспорт, погода.

3. Доступність змагальних вправ. До участі у спортивно-масовому заході залучаються учасники, різного з віку, статі й фізичної підготовки. Ці фактори необхідно враховувати при визначенні програми змагання, включаючи в неї вправи, доступного навантаження, складності, тривалості й інтенсивності виконання.

4. Безпека учасників, глядачів і суддів. Спортивно-масові заходи часто проводяться не на типових спортивних спорудах та із залученням недостатньо досвідчених суспільних суддів і учасників.

Необхідно організувати медичне забезпечення, особливо ретельно підбирати й контролювати траси для бігу, сектори для метання й стрибків, майданчики для ігор, дистанції туристських естафет і т.п. Необхідно заздалегідь перевірити спортивний інвентар, установити огороження небезпечних зон, призначити пікети й передбачити місця для розташування учасників і їхнього майна.

5. Видовищність, наочність, естетичність, що сприяє гармонійному розвитку особистості. Цей принцип повинен проявлятися не тільки в підборі вправ з урахуванням статі, віку, інтересів учасників і глядачів, але й у мистецтві оформлення, створенні відповідної атмосфери, церемоніях їх відкриття й закриття, в охайності костюмів учасників і суддів, в етиці

спілкування між учасниками, суддями й глядачами, об'єктивності в оцінці результатів, своєчасності підведення підсумків змагання і їхніх оголошень, дотримання вичистих процедур при нагородженні переможців. Недотримання цих принципів може негативно вплинути на успіх проведення спортивно-масових заходів та змагань, знецінити організаційну підготовчу роботу, призвести до небажаних наслідків, створити загрозу здоров'ю учасників.

1.3. Види спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів та їх значення

Спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи займають важливе місце в системі організації здорового способу життя населення України. Вони є методом залучення широких мас населення занять фізичною культурою й спортом, реабілітації організму, підвищення фізичної підготовленості, виховання необхідних рухових навичок і вмінь, сприяють підвищенню мотивації до занять фізичною культурою й спортом.

Спортивно-масові заходи - це змагальна ігрова діяльність, учасники якої з урахуванням їх віку, статі, підготовленості мають приблизно рівні можливості досягти перемоги в доступних їм вправах. Ця доступність створюється спеціальним підбором змагальних вправ, складності й довжини дистанцій, ваги використовуваних снарядів, а також тривалістю й інтенсивністю виконання рухових дій. Крім того, для змагання з різним контингентом учасників з метою вирівнювання їхніх фізичних можливостей використовуються гандикапи, фора, порівняльні коефіцієнти й заохочувальні бали.

Фізкультурно-оздоровчі заходи поєднують у своєму змісті не тільки спортивні змагання з метою перевірки навичок і вмінь, набутих у процесі занять фізичними вправами, але й з метою організації активного оздоровчого

відпочинку, релаксації та реабілітації. Це зумовлює до розширення та урізноманітнення програм, використання новітніх технологій, поповнення технічного та тактичного арсеналу, підвищує вимоги до особливостей підготовки й проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів з населенням різних вікових та соціальних груп.

У XXI столітті найбільш поширеними масовими фізкультурно-спортивними заходами є „Богатирські ігри”, „Ігри патріотів”, „Форт Буаярд”, „Лицарські турніри”, „Козацькі забави”, „Дні спорту”, фестивалі, спартакіади закладів освіти та трудових колективів, футбольні турніри, масові гуляння з нагоди державних та регіональних свят і т.д. Такого роду заходи є не тільки засобом пропаганди здорового способу життя, але й потужним засобом виховання патріотизму й національної свідомості.

Великий інтерес викликають змагання з лижного спорту, масові естафети й пробіги, свята ковзанярів, велосипедистів, комплексні змагання, день здоров'я, день плавця, день бігуна. Учасниками таких фізкультурно-спортивних заходів можуть бути представники різних верств населення, вікових груп та рівня фізичної підготовленості. Мета таких змагань - підвищити емоційність, створити сприятливу атмосферу, стимулювати ріст майстерності й результативності учасників й тим самим зробити більш ефективними змагання. ціль таких змагань - підвищити емоційність занять, створити сприятливий настрій, стимулювати ріст майстерності й тим самим зробити заняття більш ефективними.

З метою популяризації та реклами, зростанню інтересу до фізичної культури, відомі політики, бізнесмени, зірки телеекрану. При цьому обов'язково, щоб серед учасників таких змагань була якомога більша кількість представників, які необхідно залучати до занять у фізкультурно-оздоровчих групах, спортивних школах, а саме учнівська молодь.

Змагання у програмі широкомасштабних масових фізкультурно-спортивних заходів доцільно проводити за спрощеними правилами, рухливі ігри, туристичні естафети, змагання на доріжках здоров'я, майданчиках й т.д.

На етапі засвоєння техніки спортивних вправ і опанування навичками змагальної діяльності, можна організувати змагання спортивної спрямованості, головними завданнями яких є досягнення найвищого результату, установлення рекордів (у тому числі особистих), виграш першості, добір найсильніших у збірні команди. З цією метою проводяться змагання з видів спорту (першості, чемпіонати) за загальними правилами, у тому числі комплексні змагання як усередині колективу, так і за планами спортивно-масових заходів школи, району, міста тощо.

РОЗДІЛ 2.

СПОРТИВНО-МАСОВА РОБОТА У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

2.1. Організація та проведення спортивно-масових заходів у школі

Організація та проведення спортивно-масових заходів вирішують важливі завдання у залученні широких верств населення до систематичних занять, наданні фізкультурно-оздоровчих послуг, поєднанні індивідуальних форм організації фізкультурно-спортивної діяльності за місцем проживання, навчання та в місцях масового відпочинку населення.

У процесі організації спортивно-масових заходів необхідно враховувати фізкультурно-спортивні можливості, інтереси передбачуваних учасників, а також наявні можливості реалізації цих інтересів (наявність спортивного інвентарю й необхідних спортивних споруд, кліматичні умови, забезпеченість спортивними суддями, організаторами, матеріальними та фінансовими ресурсами).

Затверджуючи план масово-спортивного або фізкультурно-оздоровчого заходу, необхідно орієнтуватися на плани школи, районних та обласних управлінь фізичної культури і спорту. Це дозволить забезпечити систематичність і послідовність змагань, своєчасну підготовку збірних команд і учасників особистої першості до змагань на першість школи, району.

Практично доведено, що доцільно проводити на місяць не більше 1-2 фізкультурно-спортивних заходи традиційного характеру, проведення яких протягом кількох років у визначений час дозволяє краще підготуватися до змагань, робить їх звичними, традиційними, знайомими, систематизує і стимулює учасників.

Заходи необхідно проводити для всіх класів і розподіляти рівномірно впродовж усього календарного року.

У плані фізкультурно-спортивних заходів доцільно виділити розділи:

1. Комплексні фізкультурні і спортивні заходи (народні ігри , поєдинки, естафети);
2. Змагання з різних видів спорту.

Крім назви і термінів проведення в плані можна вказати й іншу інформацію, що може сприяти кращій організації (передбачувані нагороди, призи тощо).

Для організації спортивно-масового заходу необхідно завчасно провести підготовчу роботу та створити організаційний комітет. До нього входять працівники районного відділу освіти, школи, відомств фізичної культури і спорту, викладачі, тренери, представники культури, спонсори і тих організацій, які можуть бути корисні в підготовці, проведенні та забезпеченні змагань, атракціонів і розваг.

Важливою умовою успішного проведення будь-якого фізкультурно-спортивного свята є складання, обговорення і затвердження плану підготовки спортивного свята. Положення про проведення свята та його сценарій обов'язково затверджуються директором школи та доводяться до відома всього педагогічного колективу школи.

Дуже важливою є участь батьків у підготовці та проведенні свята. Вони можуть стати безпосередніми учасниками або надати значну допомогу у підготовці до заходу.

Крім того, участь батьків у подібних заходах сприятиме залученню всієї сім'ї до здорового способу життя, дасть змогу побачити й оцінити, у порівнянні з іншими школярами, стан фізичної підготовленості та розвитку своєї дитини, і, в разі необхідності, в подальшому вжити заходів щодо фізичного зміцнення сина або доньки.

Для впорядкування роботи оргкомітету складається план підготовки заходу із урахуванням його мети, особливостей передбачуваних учасників, змісту змагальних вправ, об'єктивних умов і можливостей організаторів.

План передбачає конкретизацію змісту роботи, терміну виконання, визначення відповідальних та відомості про організації, учасників, суддів, задіяних у заході.

У плані бажано передбачити наступні питання.

1. Розробка положення про спортивно-масовий захід та кошторису витрат.

2. Розробка сценарію (розгорнутого плану проведення), враховуючи церемонії відкриття, проведення, закриття, нагородження, використання символіки, гімну, музичного супроводу та ін.

3. Підбір, затвердження, інструктаж безпосередніх організаторів, технічних керівників, суддів, членів журі.

4. Підготовка, місць проведення змагань, реклама, оформлення засобами наочної агітації й пропаганди, маркування трас, ігрових майданчиків, установка показчиків, огороження й т.д.

5. Підготовка устаткування, інвентарю, спорядження (у тому числі суддівського), придбання призів, підготовка грамот, протоколів і т.д.

6. Виготовлення засобів наочної агітації, складання коментаторських текстів, афіш, оголошень, бланків «експрес-інформації» і т.д.

7. Організація медичного забезпечення, підбір лікарів, придбання медичних препаратів.

У разі проведення заходу не на типових спортивних спорудах, а з виїздом за місто, в плані підготовки змагання повинен бути додатковий медичний пункт.

8. Організація транспортного медичного й побутового обслуговування.

У цьому пункті необхідно передбачити порядок забезпечення учасників і суддів транспортом, підготовку тимчасових укриттів від дощу, забезпечення питною водою. У деяких випадках варто передбачити спорудження тимчасової роздягальні, організацію харчування, прокату спортивного інвентарю й ін.

2.2. Положення про обласні змагання “Тато, мама, я – спортивна сім'я”.

ПОГОДЖЕНО

Начальник управління у справах сім'ї, молоді та спорту Херсонської обласної державної адміністрації

Ю.Б. Кан
«___» _____ 20__ року

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор комунальної установи «Херсонський обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» Херсонської обласної ради

С.О. Ротонос
«___» _____ 20__ року

ПОЛОЖЕННЯ

про обласні змагання

“Тато, мама, я – спортивна сім'я”

I. Мета та завдання

Залучення широких верств населення до цінностей фізичної культури і спорту та позиціювання сім'ї, як найважливішого середовища фізичного виховання, виконання Указу Президента України від 02.08.2006 № 667/2006 “Про національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері розвитку фізичної культури і спорту”, рішення обласної ради від 14.12.2018 № 1094 «Про обласну програму розвитку фізичної культури та спорту в області на 2018-2023 роки».

II. Місце та строки проведення

Змагання проводяться в три етапи:

I етап – в загальноосвітніх навчальних закладах області, лютий-березень 2019 року;

II етап – змагання на першість районів та міст області, березень-квітень 2019 року;

III етап – обласні фінальні змагання серед переможців районних і міських змагань, травень 2019 року (місце проведення буде визначене додатково).

При проходженні мандатної комісії в день змагань подаються заявки до участі у змаганнях (зразок наведено у додатку) та протоколи змагань попередніх етапів.

III. Учасники змагань

Склад команди: батько, мати, дитина 2009-2011 р. н., представник команди.

До участі у III етапі обласних змагань допускаються команди, які посіли I місце у II етапі змагань “Тато, мама, я – спортивна сім'я”.

Кожен учасник повинен мати при собі паспорт, дитина – свідоцтво про народження, для реєстрації учасників.

Заявка до участі в обласних змаганнях має бути завірена лікарем за місцем проживання.

IV. Програма змагань

Комплексні естафети на швидкість, координацію, витривалість, силові вправи.

4.1. «Флорбол»

За командою «Старт» учасник команди за допомогою ключки веде м'яч змійкою між кеглями від лінії старту до лінії кидків. Не заступаючи за лінію кидків учасник за допомогою ключки кидає м'яча з метою влучення у ворота. Потім повертається на лінію старту і передає ключку наступному учасникові.

Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

На відстані 15 м від лінії старту знаходяться ворота. На відстані 10 м від лінії старту – лінія кидків. Кожному з учасників надається по 3 кидка (м'яча). На відстані 2 м від лінії старту розташовані 6 кеглів на відстані 1 м одна від одної.

За кожне влучення м'яча у ворота від загального часу команди віднімається 2 секунди. Команда, яка показала кращий час у своєму забігу отримує ще мінус 2 секунди. Учасник, який не обвів кеглі не має права продовжувати естафету.

Порядок виконання : I – Тато , II – Мама, III – Дитина.

4.2. „Перенеси сім'ю”

За командою „Старт” тато переносить маму до поворотного знаку, потім мама із татом повертаються до лінії старту, переносять дитину і взявшись за руки прямують до фінішу.

Перемагає команда, учасники якої раніше за інших закінчать біг.

4.3. „Естафета „Дартс”

Учасник команди біжить до скакалки, бере її в руки і стрибає через неї 10 разів на місці, залишає її, добігає до лінії кидків, де по-черзі метає 3 дротики у ціль. Після закінчення кидків учасник повертається до лінії старту і передає естафету наступному учаснику команди. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

Лінія кидків знаходиться на відстані 12 м від лінії старту. Скакалка – на відстані 6 м від лінії старту. Ціль – коло, діаметром 36 см, розфарбована в два кольори: білий та чорний і знаходиться на відстані 3 м від лінії кидків.

За кожне влучення дротику в білий сегмент кола від загального часу команди віднімається 2 секунди, за влучення в чорний сегмент – 1 секунда. Команда, яка показала найкращий час у своєму забігу отримує ще мінус 2

секунди. Учасник, який не перестрибне через скакалку 10 разів не має права продовжувати естафету.

Порядок виконання : I - Мама, II - Дитина, III - Тато.

4.4. „Стрибки в мішках”

Участь беруть усі гравці команди. За командою „Старт” учасник команди стрибає в мішку до м'яча, залишає мішок, бере м'яч і відбиваючи від землі оббігає поворотний знак, повертаючись до мішка. Залишає м'яч і стрибає в мішку до фінішної лінії, передає мішок наступному учаснику. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

М'яч знаходиться на відстані 10 м від лінії стару. На відстані 15 м – поворотний знак.

Порядок виконання : I - Тато, II - Дитина, III - Мама.

4.5. „Розкидати й зібрати”

Для її проведення накреслюють стартову лінію, а від неї на відстані 15-20 м - місце для поворотів (коло радіусом 50 см або обруч). Кожній команді вручають коробку з буквами. Команди шикують на стартовій лінії в колону по одному. Коробку з буквами тримає той, хто стартує першим.

За командою судді учасники з коробками біжать до місця з колом (обручем), висипають букви з коробки і вертаються до своєї команди (коробка передається третьому учаснику команди). Другий учасник біжить до кола (обруча), збирає букви в слово і біжить назад в кінець колони. Третій учасник з коробкою біжить до обруча, де попередній учасник зібрав слово, складає букви слова в коробку і вертається назад.

Перемагає команда, учасники якої краще виконають завдання й останній учасник першим закінчить біг.

Порядок виконання: I - Дитина, II - Тато, III – Мама.

4.6. „Гусениця”

Команди шикуються на стартовій лінії в колону по одному. За командою „Старт” тато біжить до першого обруча, надягає обруч через голову на себе і знімає через ноги, робить це 2 рази. Потім з наступним обручем те ж. Добігає до поворотного знака і залишається там.

Мама робить теж саме.

Дитина теж добігає до обручів, але тричі перестрибує через них, як через скакалку.

Коли всі учасники опиняться на протилежному боці майданчика, всім гравцям потрібно присісти, міцно взятись за талію і так пройти шлях до лінії фінішу. Виграє та команда, яка не втратить учасників і швидше виконає завдання.

Порядок виконання : I – Тато , II – Мама, III – Дитина.

4.7. Вікторина (інтелектуальне завдання).

За 5 хвилин учасники мають відповісти на максимальну кількість запитань.

Перелік тем для вікторини, питання з яких можуть використовуватись на I та II етапах: 1. Історія Олімпійських ігор давнини та сучасності.

2. Видатні спортсмени світу та Херсонщини.

3. Знання сучасних видів спорту.

Рекомендовано включати у програму номера художньої самодіяльності або показові виступи представників різних видів спорту.

V. Організатори та керівництво змаганнями

Організацію та керівництво змаганнями здійснюють управління у справах сім'ї, молоді та спорту обласної державної адміністрації та Херсонський обласний центр фізичного здоров'я населення “Спорт для всіх”.

Безпосередня організація проведення змагань покладається:

на I етапі - на директорів загальноосвітніх навчальних закладів та суддівські колегії;

на II етапі - на начальників управлінь, відділів (секторів) у справах сім'ї, молоді та спорту міськвиконкомів, райдержадміністрацій та суддівські колегії;

на III етапі - на Херсонський обласний центр фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх" та головну суддівську колегію.

VI. Підведення підсумків змагань та визначення переможців

Переможці і призери визначаються згідно з програмою змагань з урахуванням призових секунд у кожному конкурсі.

Загальнокомандне місце визначається за найменшою сумою місць, виборених у кожному виді програми. У випадку рівності результатів у двох або декількох команд, перевага надається команді, яка має більше перших, других, третіх і т.д. місць. При рівності цих показників враховується сума призових секунд, набраних командою.

VII. Нагородження

Команди, які посіли 1, 2 та 3 місця у загальному заліку на I етапі, нагороджуються дипломами та пам'ятними призами від загальноосвітніх навчальних закладів.

Команди, які посіли 1, 2 та 3 місця у загальному заліку на II етапі, нагороджуються дипломами та пам'ятними призами від управлінь, відділів (секторів) у справах сім'ї, молоді та спорту міськвиконкомів, райдержадміністрацій.

Команди, які посіли 1, 2 та 3 місця у загальному заліку на III етапі, нагороджуються дипломами, кубками та медалями від Херсонського обласного центру фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх".

VIII. Фінансування

Організаційні витрати на проведення I та II етапу - за рахунок коштів управлінь, відділів (секторів) у справах сім'ї, молоді та спорту

міськвиконкомів, райдержадміністрацій, передбачених на проведення зазначеного заходу.

Організаційні витрати на проведення III етапу - за рахунок коштів управління у справах сім'ї, молоді та спорту обласної державної адміністрації та Херсонського обласного центру фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх", передбачених на проведення зазначеного заходу.

Відрядження команд для участі у III етапі – за рахунок коштів управлінь, відділів (секторів) у справах сім'ї, молоді та спорту райдержадміністрацій, з фізичної культури та спорту міськвиконкомів, передбачених на проведення зазначеного заходу.

IX. Безпека під час проведення змагань

У відповідності до постанови Кабінету Міністрів України від 18 грудня 1998 року № 2025 "Про порядок підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно-видовищних заходів" та розпорядження голови обласної державної адміністрації від 12.01.1999 № 6 з цього питання:

- підготовка спортивних споруд покладається на їх власників;
- контроль за підготовкою спортивних споруд та забезпечення безпеки під час проведення змагань здійснює організаційний комітет та головна суддівська колегія.

Власник спортивної споруди не менш ніж за 4 години до початку змагань зобов'язаний подати організаційному комітету та головній суддівській колегії акт про її готовність до проведення змагань.

Дане Положення є офіційним викликом на змагання.

2.3. Сценарій спортивного свята "Тато, мама, я – спортивна сім'я".

Сценарій спортивного свята "Тато, мама, я – спортивна сім'я"

Мета: Змагання проводяться з метою зміцнення родинних стосунків, залучення родин до систематичних занять фізичною культурою і спортом, організації дозвілля, пропаганди занять фізичною культурою і спортом, як одного із засобів активного відпочинку, покращення здоров'я, профілактики захворювань.

Завдання: Вчити дітей здорового способу життя, формувати навички доброзичливого спілкування з людьми. Виховувати потребу займатися фізкультурою і спортом заради зміцнення здоров'я. Навчитись вести себе у незвичних ситуаціях і приймати самостійні рішення.

Місце проведення: Спортивна зала школи.

Учасники змагань: Учні 4-х класів віднесених за станом здоров'я до основної медичної групи та їх батьки. Всі учасники допускаються у спортивній формі та які ознайомлені з інструктажем з техніки безпеки.

Склад команди: 4 хлопчики, 4 дівчинки, 4 мами, 4 тата.

Оформлення зали: Повітряні кульки, плакати з написами.

Музичне оформлення: Музичні треки, дитячі пісні.

Необхідний інвентар: 4 смолоскипи з "Олімпійським вогнем", 4 волейбольні м'ячі, 4 фітбольних м'ячі, 4 повітряні кульки, 4 самокати, 4 баскетбольні м'ячі, 10 обручів, 12 (шитих) м'ячиків, 4 ключки, 4 тенісних м'ячів, 4 бадмінтонні ракетки.

Нагородження: Переможців визначають за найменшою кількістю балів чи найменшим часом. А також крім нагородження переможців бажано передбачити заохочувальні призи для тих, хто брав у заході активну участь.

Перебіг свята

Ведучий:

Добрий день, шановні друзі,

Мами, тата, вчителі.

Ми за все вам вдячні дуже,

Наш уклін вам до землі

Ведучий:

В нас сьогодні в школі свято,
Ми прийшли всі залюбки,
Я і мама, і наш тато
Будемо гарно працювати
Й сподіваємося на те,
Що займемо найперше місце,
Що ми будемо найсильніші
І найшвидші, найспритніші...

Ведучий:

Зачекайте, зачекйте,
Нащо так себе хвалить,
Ви вперед не забігайте,
Час покаже, час навчить

Ведучий:

От, от, от, і я так думав,
Що навіщо цей базар?
В нас журі, воно й розсудить,
Хто з нас виграв, хто програв.

Представлення журі

Ведучий:

Любі друзі! Не сваріться,
Весело всміхніться,
І на радість всім довкола
За руки візьміться.

Ведучий:

Хай не буде суперечок

Поміж нас ніколи,
Нехай гра нас об'єднає
В нашій рідній школі.

Естафети

I. „Флорбол”

За командою „Старт” учасник команди за допомогою ключки веде м'яч змійкою між кеглями від лінії старту до лінії кидків. Не заступаючи за лінію кидків учасник за допомогою ключки кидає м'яч з метою влучення у ворота. Потім повертається на лінію старту і передає ключку наступному учасникові. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

На відстані 15 м від лінії старту знаходяться ворота. На відстані 10 м від лінії старту – лінія кидків. Кожному з учасників надається по 3 кидка (м'яча). На відстані 2 м від лінії старту розташовані 6 кеглів на відстані 1 м одна від одної.

За кожне влучення м'яча у ворота від загального часу команди віднімається 2 секунди. Команда, яка показала кращий час у своєму забігу отримує ще мінус 2 секунди. Учасник, який не обвів кеглі не має права продовжувати естафету.

Порядок виконання : I – Тато , II – Мама, III – Дитина.

II. „Перенеси сім'ю”

За командою „Старт” тато переносить маму до поворотного знаку, потім мама із татом повертаються до лінії старту, переносять дитину і взявшись за руки прямують до фінішу.

Перемагає команда, учасники якої раніше за інших закінчать біг.

Музична пауза

III. „Естафета „Дартс”

Учасник команди біжить до скакалки, бере її в руки і стрибає через неї 10 разів на місці, залишає її, добігає до лінії кидків, де по-черзі метає 3 дротики у ціль. Після закінчення кидків учасник повертається до лінії старту і передає естафету наступному учаснику команди. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

Лінія кидків знаходиться на відстані 12 м від лінії старту. Скакалка – на відстані 6 м від лінії старту. Ціль – коло, діаметром 36 см, розфарбована в два кольори: білий та чорний і знаходиться на відстані 3 м від лінії кидків.

За кожне влучення дротику в білий сегмент кола від загального часу команди віднімається 2 секунди, за влучення в чорний сегмент – 1 секунда. Команда, яка показала найкращий час у своєму забігу отримує ще мінус 2 секунди. Учасник, який не перестрибне через скакалку 10 разів не має права продовжувати естафету.

Порядок виконання : I - Мама, II - Дитина, III - Тато.

IV. „Стрибки в мішках”

Участь беруть усі гравці команди. За командою „Старт” учасник команди стрибає в мішку до м'яча, залишає мішок, бере м'яч і відбиваючи від землі оббігає поворотний знак, повертаючись до мішка. Залишає м'яч і стрибає в мішку до фінішної лінії, передає мішок наступному учаснику. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди пересікає лінію старту-фінішу.

М'яч знаходиться на відстані 10 м від лінії стару. На відстані 15 м – поворотний знак.

Порядок виконання : I - Тато, II - Дитина, III - Мама.

Ведучий:

Так, шановні ви мої,

Ведіть себе пристойно.

А то ми зараз усі

Слово надамо журі!

Підсумки. Музична пауза.

V. „Розкидати й зібрати”

Для її проведення накреслюють стартову лінію, а від неї на відстані 15-20 м - місце для поворотів (коло радіусом 50 см або обруч). Кожній команді вручають коробку з буквами. Команди шикують на стартовій лінії в колону по одному. Коробку з буквами тримає той, хто стартує першим.

За командою судді учасники з коробками біжать до місця з колом (обручем), висипають букви з коробки і вертаються до своєї команди (коробка передається третьому учаснику команди). Другий учасник біжить до кола (обруча), збирає букви в слово і біжить назад в кінець колони. Третій учасник з коробкою біжить до обруча, де попередній учасник зібрав слово, складає букви слова в коробку і вертається назад.

Перемагає команда, учасники якої краще виконують завдання й останній учасник першим закінчить біг.

Порядок виконання: I - Дитина, II - Тато, III – Мама.

VI. „Гусениця”

Команди шикуються на стартовій лінії в колону по одному. За командою „Старт” тато біжить до першого обруча, надягає обруч через голову на себе і знімає через ноги, робить це 2 рази. Потім з наступним обручем те ж. Добігає до поворотного знака і залишається там.

Мама робить теж саме.

Дитина теж добігає до обручів, але тричі перестрибує через них, як через скакалку.

Коли всі учасники опиняться на протилежному боці майданчика, всім гравцям потрібно присісти, міцно взятись за талію і так пройти шлях до лінії

фінішу. Виграє та команда, яка не втратить учасників і швидше виконає завдання.

Порядок виконання : I – Тато , II – Мама, III – Дитина.

Підсумки. Музична пауза.

VIII. Вікторина (інтелектуальне завдання).

За 5 хвилин учасники мають відповісти на максимальну кількість запитань.

Ведучий:

А тепер давайте разом

На лаву ми сядемо.

I послухаємо всі,

Що нам скаже журі.

Журі підводить підсумки. Виходять усі діти.

Ведучий:

Ну от і все, звучить свисток,

Гра закінчилася щасливо.

Виходять переможці на місток,

Вітайте їх, ось наша сила!

Нагородження переможців

Ведучий:

Ми всі здружились, підросли,

Разом сміялись, веселились.

Разом до перемоги йшли,

I свято в школі враз здійснилось!

Ведучий:

О спорт, о спорт!

Це просто клас!

Із нами буде завжди!

Здоров'я, юність, силу дасть

І творчої наснаги!

Усім дякую, що завітали до нас на свято! Бажаю всім міцного здоров'я і успіхів у всьому. До побачення та нових зустрічей!

ВИСНОВКИ

Основною метою фізкультурних спортивно-масових заходів є створення сприятливих умов рекреації населення України та забезпечення права громадян на заняття фізичною культурою і спортом, задоволення їхніх потреб в оздоровчих послугах за місцем проживання та у місцях масового відпочинку, популяризації здорового способу життя.

У процесі організації спортивно-масових заходів необхідно враховувати фізкультурно-спортивні можливості, інтереси передбачуваних учасників, а також наявні можливості реалізації цих інтересів (наявність спортивного інвентарю й необхідних спортивних споруд, кліматичні умови, забезпеченість спортивними суддями, організаторами, матеріальними та фінансовими ресурсами).

Спортивно-масові і фізкультурно-оздоровчі заходи є важливою частиною процесу фізичного виховання населення України і вирішують досить широкий спектр завдань: формування здорового способу життя громадян України, підвищення їх соціальної активності, залучення до фізичної культури як до складового елементу загальнонаціональної культури.

Аналіз спеціальної літератури показав, що останніми роками в Україні спостерігається тенденція погіршення стану здоров'я школярів, яка зумовлена зниженням рівня їх рухової активності та зменшенням мотивації до регулярних занять фізичними вправами. Це потребує удосконалення існуючих та впровадження нових форм організації навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи з учнями шкіл.

Однією із таких форм можуть бути фізкультурно-спортивні свята. За їх допомогою можна підвести підсумки роботи спортивної команди, секції, осередку за певний період часу. Спортивно-масові заходи можуть зробити фізкультурно-оздоровчу роботу привабливою для учнівської молоді. А високий рівень їх проведення може бути гарантом залучення учнів до

фізкультурних і спортивних секцій та формувати свідоме ставлення до занять фізичною культурою та спортом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Качашкін В.М. Методика фізичного виховання. М.: Просвещение, 1980. 307с.
2. Книга вчителя фізичної культури. М.: Просвещение, 1973. 304 с.
3. Козленко М.П. Теорія і методика фізичного виховання. К.: Радянська школа, 1984. 296 с.
4. Козленко М.П., Вільчковській Є.С., Цвек С.Ф. Теорія і методика фізичного виховання. К.: Вища школа, 1984. 220 с.
5. Лосєва О.А, Паранічева Т.М. Фізіолого-гігієнічні передумови до організації навчання дітей шестирічного віку. *Поч. шк.* 1986. № 7. С. 56-58.
6. Матвєєв Л.П. Теорія і методика фізичної культури. М.: ФиС, 1991. 543 с.
7. Матвєєв А.П. Теорія і методика фізичної культури. М.: Фізкультура і спорт, 1991. 543 с.
8. Спортивні свята / упоряд. Н. Черненко. К.: Шк. Чвіт, С73 2008. 128 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання / За ред. Б. А. Вайнбаум. М.: Просвещение, 1979. 209 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання / За ред. Б.А. Ашмаріна. М.: Просвещение, 1990. 287 с.
11. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. Л.: Видавництво "Світ", 1993. 183 с.